ACTA N° 320

FECHA: Funza, septiembre 15 de 2023

HORA: 08:00 a.m. a 5:00 p.m.

LUGAR: Centro Comunidad De Cuidado Corazón Inmaculado de María.

TEMA: Respiro a cuidadores – Oxigenándonos

ASISTENTES: Luz Aida Rivera Esquivel – Fisioterapeuta; Diego Mamián Martínez – Psicólogo y Talento humano (ver listado de asistencia)

ORDEN DEL DÍA:

1. Objetivo de la actividad.
2. Metodología de la actividad.
3. Evaluación de la actividad desarrollada.
4. Compromisos.

ACTIVIDAD 1: 06 - septiembre - 2023

ACTIVIDAD 2: 14 y 15 - septiembre – 2023

DESARROLLO:

ACTIVIDAD 1: Siendo las 10:30 a.m., del 06/09/2023, se convocó al talento humano en zona verde para el inicio y desarrollo de la actividad denominada (**Oxigenándonos el cuerpo**).

Objetivo: Reducir niveles estresores de los cuidadores que surgen de la presión en el ámbito laboral, a través del ejercicio, permitiendo liberar tensiones y afrontar el estrés tóxico; para que éstos aporten al incremento de la productividad, necesario en la atención integral del centro de comunidad de cuidado.

Metodología de la actividad: Para dar alcance a la actividad y cubrimiento al impacto del objetivo, la actividad se realizó con la siguiente metodología: duración 1 hora, citación al talento

humano por tarjeta virtual con dos días de antelación, a participar de esta actividad; durante este día se realizó ejercicios de la siguiente manera: Se realiza bienvenida y se inicia con la actividad aérobica dirigida para mejorar el estado anímico de los trabajadores, así como reducir la tensión asociada con el estrés, la ansiedad y promover la relajación. Posteriormente se realiza estiramientos que consiste en aumentar la conciencia y el control de algunos procesos internos como son la tensión muscular, la tasa cardiaca o la temperatura de la superficie de la piel y finalmente una actividad lúdica para favorecer la risa y la diversión.

Evaluación de las actividades desarrolladas: Durante esta actividad se observa que los cuidadores disfrutan de la actividad, así como mantienen una disposición adecuada para realizar los diferentes ejercicios.

Entre los materiales que se utilizaron, música, sonido, micrófono, hidratación y celular para registro fotográfico.

Se contó con la participación de 13 personas del talento humano.

ACTIVIDAD 2: Siendo las 8:00 a.m., del 14 y 15/09/2023, se convocó al talento humano en salón comunal del barrio nuevo México para el inicio y desarrollo de la actividad denominada (**Oxigenándonos el saber espiritual**),

Objetivo: Fortalecer competencias de inteligencia emocional a través de la vida espiritual que les permitirán mantener una buena relación interpersonal en los trabajadores que redunden en el adecuado trabajo en equipo, la comunicación asertiva y la descarga de energía negativa.

Metodología de la actividad: Para dar alcance a la actividad y cubrimiento al impacto del objetivo, la actividad se realizó con la siguiente metodología: duración 8 horas, dos días y distribuidos en dos grupos para que no afecten la prestación del servicio en la comunidad de cuidado; se realiza citación al talento humano por tarjeta virtual con tres días de antelación; así como publicación de listados por grupos a participar de esta actividad; durante este día se realizó el retiro espiritual de la siguiente manera: Se realiza bienvenida y se inicia con la actividad (santo rosario), donde los participantes realizaron sensibilización del sentido de vida existencial, seguido se realizó reflexión sobre las virtudes de humildad y pureza a través de historias de vida y se invita a un compartir de alimentos.

Posteriormente en la tarde, se realiza la actividad de perdón como como expresión humana y divina; se finaliza con la celebración de la eucaristía y entrega de recordatorios.

Evaluación de las actividades desarrolladas: Durante esta actividad se observa que los cuidadores mantienen una disposición adecuada para el encuentro consigo mismo y con Dios, así como algunos realizan catarsis al evocar y liberar situaciones trágicas de su vida pasada o presente y finalmente encontrar su modulación emocional desde el acompañamiento grupal.

Entre los materiales que se utilizaron, cubiertos, platos desechables, servilletas, mesas, sillas, decoración, música, sonido, micrófono, hidratación, santo rosarios y celular para registro fotográfico.

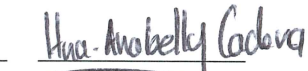
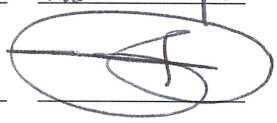
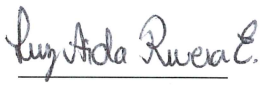
Se contó con la participación de 23 personas del talento humano.

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
Continuar con actividades para favorecer el bienestar y salud del talento humano.	Psicología y coordinación.	Dos veces al mes durante la ejecución del PAI
Dar cumplimiento a las actividades propuestas en el plan respiro al cuidador.	Cuidadores	Durante la ejecución del PAI

CONVOCATORIA. Para el mes de octubre 2023.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Hna. Anabelly Cadena	Coordinadora	Corazón Inmaculado de María	
Diego Mamián Martínez	Psicólogo	Corazón Inmaculado de María	
Luz Aida Rivera Esquivel	Fisioterapeuta	Corazón Inmaculado de María	

Anexos: Listados de asistencia y registro fotográfico.

Elaboró: Diego Mamián Martínez – Psicólogo Comunidad de Cuidado Corazón Inmaculado de María Funza Cundinamarca.

Registro fotográfico: Oxigenándonos

Actividad 1: Oxigenando el cuerpo





Actividad 2: Oxigenando el saber espiritual.





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo I2023023863 - 14/08/2023 Página: 1 de 1

1. Tema: Oxigenandonos el cuerpo 2. Lugar: Zona Verde. 3. Fecha y hora: 6-09-2023

4. ítem	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	Laura Alejandra Ruiz	1.122.136.198	Corazón Inmaculado de María	Enfermera Profesional	Contratista	laurarz@conedu.co	3125569005	Laura Ruiz
2	ALBA MYRIAM ROMERO M.	53070116	CCC Corazón Inm. de María	TRABAJADORA SOCIAL	CONTRATISTA	—	3118723416	ALBA MYRIAM ROMERO
3	Julio Ernesto Sabanero	2073241990	CCC Corazón Inmaculado María	Gestor Ambiental	Contratista.	—	3107740459.	Julio S
4	Luz Aida Rivera Esquivel	35536970	CCC Corazón Inmaculada María	Fisioterapeuta.	contratista	aidafisioterapia@gmail.com	3232272484	Luz Aida Rivera E.
5	Geidy Nieto Jimenez	1016090841	CCC Corazon Inmaculado de M.	Gestora Documental	contratista	—	3102320270	Geidy Nieto
6	Marcela Carvajal	46378073	Comunidad cuidado cln	Gerontóloga	Contratista	diana.carvajal@conedu.edu.co	3228466950	Diana Carvajal
7	Diego Mauricio R.	76322944	CCC Inmaculado de María	Psicologo	Contratista	—	3125893816	—
8	Emilee Guerra Bello	39726380	CCC corazon inmaculado	Tallerista	contratista	emileeguerrabello@gmail.com	3168637428	
9	Maryori Gonzalez	1144833618	CCC Inmaculada	Aux Enfermeria		—	3228184329	Maryori G.
10	Angie Carreño	1073518506	Corazon I María	S General	contratista	angie121@hotmail.com	3115010033	
11	Ana Morales	1064939948	corazón Inmaculado de María	Terapeuta Ocupacional	Contratista	gmalmorales@gmail.com	3123580733	
12	Yeneyma Rivera	1140822720	CC Corazón Inmaculado	Servicios generales	Contratista	—	3133646509	
13	Maria Luisa Alfonso C.	24138405	CCC Inmaculado Corazon de María	servicios generales	contratista	—	3138795294	
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo I2023023863 - 14/08/2023 Página: 1 de 1

1. Tema: Oxigenando el saber-sector E. 2. Lugar: Salón comunal B/Nvo Mexico 3. Fecha y hora: 14-09-2023 10:30 am.

4. ítem	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	Maria Helena Ibarra	52660146	CC Corazón Inmaculado de María	Tecnico Operativo	Contratista		3104760807	
2	Emilce Peña Bello	39726386	CC corazon inmaculado de Maria	Tallerista	Contratista		3168637283	
3	Geidy Nieto jimenez	1016090841	CC Corazon Inmaculado de Maria	G. Documental	Contratista		3102320270	Geidy N.
4	Erika Lucea G	1094547648	CC. corazón Inmaculado de Maria	Auxiliar Comunic	Contratista			Erika Lucea G.
5	Luz Aida Rivera Esquivel	35536770	CCC Corazón Inmaculado de Maria	Fisioterapeuta	Contratista		3232272484	Luz Aida Rivera Esquivel
6	Stella Moreno	20576777	CC Corazon inmaculado	Aux enfer.	contratista		3124637433	Stella Moreno.
7	Maribel Gutierrez	1073240020	Corazon Inmaculado de Maria	Servicios Generales	Contratista		3107460726	
8	Diego Mauricio M	76322944	CC corazon inmaculado de Maria.	Psicologo	Contratista		3125893816	
9	Andres Acevedo	1077502652	CCCorazon Inmaculado de Maria	Conductor	Contratista		3123776872	
10								

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo I2023023863 - 14/08/2023 Página: 1 de 1

1. Tema: Origenando el saber espiritual 2. Lugar: Salón comunal B/Nvo México 3. Fecha y hora: 15-septiembre-2023 8:00am

4. ítem	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	Anggie Herrera	1126704528	CCC corazón inmaculado de María	Aux enfermería	contratista	—	3168352186	Anggie H.
2	JOHANA RAMIREZ	1073525466	CCC CORAZÓN INMACULADO DE MARIA	AUX ENF	contratista	—	—	JOHANA RAMIREZ
3	Hortencia Rodriguez	65716822	CCC corazón Inmaculado de María	operaria cocina	Contratista		3115061492	Hortencia Rodriguez
4	Sandra Milena PR	23631957	ccc corazon inmaculado de maria	Aux cocina	Contratista	-	3108662625	
5	Patricia Garcia	1056771675	inmaculado corazón de maria	servicios Generales	Contratista		3125324113	patricia Garcia.
6	Gloria cristina Baez	33377486	inmaculado corazon de leticia	servicios Generale	Contratista		3241894542	Gloria Baez
7	ALBA MYRIAM ROMERO	53070116	CCC CORAZON INMACULADO DE MARIA	TRABAJO SOCIAL	Contratista		3115723416	ALBA M. ROMERO M.
8	Carolina Cervera	2091653	CCC Corazon Inmaculado de maria	Aux Enfermer.	Contratista		3213903613	
9	Maryi Gonzalez	1114453024	CCC Corazon inmaculado de Maria	Aux Enfermería	Contratista		3228184324	Maryi Gonzalez
10	Paula León	1073513218	CCC corazon inmaculado de Maria	AUX Enfermera	Contratista		3105844125	Paula León.

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo I2023023863 - 14/08/2023 Página: 1 de 1

1. Tema: Origerlando el saber espiritual 2. Lugar: Salón comunal B/Nvo México 3. Fecha y hora: 15-septiembre-2023 8:00am

4. ítem	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	Andrés Acevedo	1073502652	Inmaculado Corazón de María.	Conductor	Contratista		3123376872	
2	Gina Licet Morales	1069737XXX	Inmaculado de María	Terapeuta Ocupacional	Contratista			
3	Julio Salamanca	1073279990	Inmaculado de María	Gestor Ambiental	Contratista		3107790959	
4	María Helena Ibañez	52660146	CC Corazón Inmaculado María	Técnico operativo	contratista		3104760807	
5	Sandra C. Gómez	52'661.416	Corazon inmaculado de María	tallerista	contratista		3213844155	
6								
7								
8								
9								
10								

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.